

# Grundlagen der DTB

Borderline ist eine Erkrankung, die das Leben der Patienten je nach Ausprägung, sozialem Umfeld und dem eigenen Umgang mit der Krankheit schwer beeinträchtigen kann.

## Wir als Team:

- kennen die verschiedenen Ausprägungen und Probleme einer Borderline-Persönlichkeitsstörung und nehmen sie ernst.
- gehen davon aus, dass Sie sich und Ihre Situation verändern möchten. Dabei wollen wir Sie begleiten.
- wissen, dass diese Veränderung kein Selbstläufer ist, sondern hart erarbeitet werden muss. Dabei unterstützen wir Sie.
- merken immer wieder, dass für die Betroffenen das Leben mit Borderline oft kaum auszuhalten ist, so dass der Suizid als einzig sinnvoller Ausweg erscheint.
- dass unsere Patientinnen und Patienten in nahezu allen Lebensbereichen neue Verhaltensweisen erlernen müssen. Das geht nicht von heute auf morgen.
- wissen, dass es auf diesem Weg Rückschläge gibt. Rückschläge sind unvermeidbar auf dem Weg der Veränderung.
- wissen, dass auch wir Unterstützung brauchen, um Sie gut begleiten zu können.

## Impressum:

Herausgeber: Klinikum Nürnberg, Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1, 90419 Nürnberg | V.i.S.d.P.: Bernd Sieglar  
Gestaltung: Jo Meyer | Druck: saxoprint.de | Auflage: 1.000, April 2018

# Kontakt

## Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Universitätsklinik der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität

**Ärztliche Leitung:** Prof. Dr. Thomas Hillemacher

**Pflegerische Leitung:** André Meyer

Tel.: 0911 398-2829

E-Mail: [psychiatrie@klinikum-nuernberg.de](mailto:psychiatrie@klinikum-nuernberg.de)

## Anmeldung:

### Ambulantes DBT

Wenn Sie denken, dass unser Angebot Ihnen helfen könnte, melden Sie sich telefonisch in der Institutsambulanz der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie im Klinikum Nord zu einem DBT-Vorgespräch an.

### Psychiatrische Institutsambulanz

Telefon: 0911 398 -21 99

### Stationäres DBT

Für die Aufnahme zur 8-Tage-Krisenintervention und zur Abklärung einer weiterführenden stationären Behandlung wenden Sie sich bitte Montag bis Freitag zwischen 9:00 und 11:30 Uhr an die Station 20 IV links im Klinikum Nord.

### Station 20 IV links

Frau Prieß, Telefon: 0911 398 -11 48 09 oder 398 -25 06

## + In Notfällen:

Psychiatrische Notfallambulanz

Telefon: 0911 398 -24 93

# Klinikum Nürnberg

*Wir sind für Sie da!*



Illustration einer Patientin

## Stationäres und ambulantes Behandlungsangebot für Borderline-Störungen

Zertifiziert durch den DBT-Dachverband e.V. seit 2009

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
Universitätsklinik der Paracelsus Medizinischen Privatuniversität



**P**ARACELSUS  
MEDIZINISCHE PRIVATUNIVERSITÄT

# Unser Angebot

Die Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie bietet eine Therapie an, die speziell für Menschen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung konzipiert wurde. Die Therapie wird auf der Grundlage der Dialektisch-Behavioralen-Therapie (DBT) von Marsha Linehan durchgeführt. Dabei handelt es sich um eine verhaltenstherapeutisch orientierte Methode, die Elemente aus anderen Therapierichtungen integriert.

Diese Therapie wurde eigens für Menschen mit einer Borderline-Problematik entwickelt. Ihre Wirksamkeit konnte im Rahmen von umfangreichen wissenschaftlichen Untersuchungen nachgewiesen werden.

## An wen richtet sich unser Angebot?

Das Therapie-Angebot richtet sich an Menschen ab 18 Jahren mit der Diagnose Borderline-Persönlichkeitsstörung. Dazu müssen unter anderem mehrere der folgenden Kriterien erfüllt sein:

- selbstschädigendes Verhalten, z.B. Suchtmittelmissbrauch, Selbstverletzungen
- instabile zwischenmenschliche Beziehungen
- extreme Stimmungsschwankungen
- häufig wiederkehrende Suizidideen
- unangemessene Wut oder Schwierigkeiten, Wut und Ärger zu kontrollieren
- intensive, unangenehme Spannungszustände, die häufig nur durch Selbstverletzung abgebaut werden können

## Therapieziele

- Verringern von suizidalen, parasuizidalen, selbstverletzenden und selbstschädigenden Verhaltensweisen sowie der Notwendigkeit von stationären Aufenthalten
- Verbessern von
  - Stress- und Frustrationstoleranz
  - zwischenmenschlicher Beziehungsfähigkeit
  - Achtsamkeit für sich selbst
  - Regulation von Stimmungsschwankungen
  - Selbstzuwendung und Selbstakzeptanz
  - ambulanter Therapiefähigkeit

# Was erwartet Sie?

## Stationär:

Die stationären Therapieangebote werden auf einer unserer alltagspsychiatrischen Stationen durchgeführt.

## Wichtige Therapiebausteine sind:

- Fertigkeitentraining
- Körpertherapie
- Soziales Kompetenztraining
- Achtsamkeitsgruppe
- Einzelgespräche

## 8 Tage DBT-Krisenintervention

Akutaufnahme ohne Voranmeldung, je nach Belegungssituation: Unterstützung bei der Lösung der aktuellen Hauptproblematik und bei der Entwicklung kurzfristiger Strategien zur Stabilisierung. Einzelgespräche in der Krisenintervention werden von allen Berufsgruppen durchgeführt.

Indikationsstellung für weitere stationäre oder teilstationäre Behandlungen.

## Stationäres DBT-Programm (auch teilstationär möglich)

Aufnahme nach Anmeldung durch ambulante Behandler/innen. Im Vordergrund steht die Erarbeitung der individuellen Behandlungsziele, orientiert am aktuellen Problemverhalten. Der Schwerpunkt liegt auf Vermittlung von Skills, um den Umgang mit Emotionen und Krisensituationen sowie die sozialen Kompetenzen zu verbessern. Zudem können bestehende DBT-Kenntnisse erweitert bzw. vertieft werden. Benzodiazepine sollten nicht Bestandteil der Medikation sein.

## Ambulant:

Die ambulante Therapie findet in den Räumen der Psychiatrischen Institutsambulanz im Klinikum Nord statt.

## Wichtige Therapiebausteine sind:

### Fertigkeitengruppe / Standard DBT

Vermittlung und Üben von Fertigkeiten nach dem DBT-Manual von M. Linehan

### Einzeltherapie

Verpflichtende Voraussetzung zur Teilnahme an der Fertigkeitengruppe zur Bearbeitung individueller Probleme.

**DBT- Standard** (Frauengruppe sowie gemischte Gruppe [Männer und Frauen])

Die Gruppen zur Vermittlung der Fertigkeiten finden einmal wöchentlich (2 Std.) über einen Zeitraum von einem Jahr statt.

Die Gruppengröße umfasst 8 bis 12 Personen.

Die Einzeltherapie findet vorzugsweise bei niedergelassenen Therapeut/innen statt, in Einzelfällen auch in der Institutsambulanz.

**DBT – ACES** ist eine Folgegruppe der DBT Standard – Fertigkeitengruppe.

DBT – ACES will Menschen mit Borderline-Problematik dabei begleiten, Erfahrungen in der Arbeitswelt und im zwischenmenschlichen Bereich zu machen und Schritt für Schritt unabhängig vom psychiatrischen Versorgungssystem zu werden.